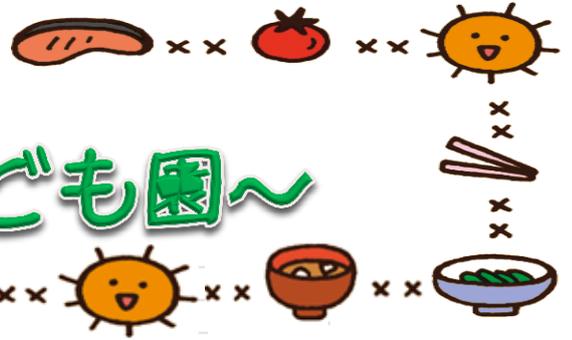




ゆりはまごはん



~とうごうこども園~

11月20日(金)にとうごうこども園の給食訪問に行ってきました!!園に入るとカレーのいい匂い♪この日はみんなが大好きなカレーの日でした!!カレーの日は完食が早く、子どもたちの様子を見に行ったら、食べ終わっているクラスがあることも。なので、カレーの日はよく噛むメニューと組み合わせることが多いです。この日はごぼうやれんこんが入った根菜サラダと皮つきのウインナー。未満児さんはちょっと苦戦していましたが、マヨネーズ味のサラダはおいしかったようで、頑張っって噛んでいました♪



~もも組~

0歳児クラスのお友達は4月、6月生まれの月齢の高い子が集まっているのもあってか、手づかみというよりも、食具を使って食べようとする子が多かったです。食具に興味が出てくる時期なので、家庭でも興味を持っているようなら持たせてあげてくださいね。でも、持ち方を無理に教え込んだりはまだ禁止(;v;)
 関節の動きがまだ未熟なのもあって、ひじだけを曲げて窮屈そうに食べていました。徐々に肩や手首なども動かして上手に口まで運べるようになってくるので、それまでは写真のように**手を添えて口まで運んであげたり、スプーンの上に食べ物をのせたり、フォークに刺して器の上に置いてあげたりと食べるのを補助**してあげるといいですね♪**大人が見本を見せながら、サポートして、ちょっとでもできたらたくさん褒めてあげると、子どもたちのやる気もUP**しますよ♪



食具を両手で持って食べやすい方法を模索中。でも、この年齢は、まだ上手に食べることができなくて、途中で嫌になってしまうこともあるので、その時は、頑張っって食べたところを認めてあげて、その後は大人が食べさせてあげてOK!子どもが食べさせてと求める時は、甘えさせてあげましょう♪これは決して甘やかしではありません!子どもの気持ちに寄り添っているだけ(/・ω・)/自分で食べる練習はその子のやる気がある時だけにしましょうね。

～いちご組～

1歳児クラスのお友達は食べることに集中して黙々と食べていました。子どもたちが集中して食べている時に、大人が「おいしいね～」「よく噛んで食べようね！」と過剰に言っていませんか？黙って食べていても子どもたちは「温かいな」「なんだか噛みにくいな」などとさまざまなことを感じているんです(^)

「楽しい食事」＝「会話を途切れさせてはいけない」ではないのです！大人の声掛けが、もしかしたら子どもの集中力を妨げている場合も…。会話を楽しみながらの食事をしていくのは、3歳頃からです。子どもたちが楽しんで食べているのを過剰な声かけで妨げないよう気を付けたいですね。



こんなことを考えているかも…



食器を持って、正しいスプーンの持ち方をして食べられる子もいたりしますが、まだまだ手づかみもしちゃいます！野菜が苦手な子、よく噛まない子など食事の悩みは尽きません(+_+)この年齢は、奥歯が生えそろっていない子が多いので、噛めないものがたくさんあり、食べられないで吐き出したり、丸のみしちゃうことも…。

いもや野菜などの煮るとやわらかくなるものは大きめに切ったり、カレーや丼など1品料理だけではなく、主菜、副菜、汁物をそろえると、違う食感が増えて噛む練習になりますよ(^_^)もしかしたら野菜は味が苦手なのではなく、大人のかたさになっているだけかもしれないので、口に入れたのに吐き出すときは、かたさの見直しが必要です。

～ぶどう組～

4歳児クラスはとっても賑やかで、食べる手が止まってしまうほど(/・ω・)/グループごとで会話をしながら、楽しそうに食事をしていました。箸の持ち方が気になる子が数人いたのですが、先生は持ち方が気になる子のそばまでいき、1人ずつ丁寧に持ち方を指導しておられました。子どもたちも意識すれば正しい持ち方ができるけど、気を抜くとにぎり箸になってしまうといった感じでした！



みんなが食べられるカレー♪

とうとうこども園には、食物アレルギーがあるお友達が多くいます。アレルギーといっても、症状がでてしまう食材はその子によって様々なので、食材や調味料はできるだけみんなが食べられるアレルギー対応のものを選んでいきます。この日のカレーも乳や小麦などが使われていないものを使用していますが、そんなことを感じさせないほど給食の先生がおいしく作ってくれます♪おいしくてみんなが同じものを食べられるって嬉しいですね(ωω)

